

最新苦难和经历是财富 经历苦难心得体会 (精选16篇)

诚信是行业发展的保证，它能够促进行业内企业的健康竞争和合作共赢。在写总结的过程中，要注重数据和事实的准确性，避免歪曲和虚构。以下是一些科学研究中坚守诚信操守的事例，值得大家关注。

苦难和经历是财富篇一

第一段：引入苦难的定义和重要性（200字）

苦难是人生中不可避免的一部分，它是塑造我们个人品格的重要因素。在人生的道路上，每个人都会遇到各种各样的苦难，无论大小。苦难使我们面对挫折、面对困难时更加坚强，更加有韧性。它教会了我们如何承受痛苦、接受失败，并从中汲取经验和教益。

第二段：经历苦难提升逆境应对能力（200字）

苦难是一种磨炼，是逆境下最好的老师。当我们处于困境和挫折中时，我们需要学会如何应对，并找到解决问题的方法。面对苦难，我们可以通过战胜它们来提升自己的逆境应对能力。在挫折中，我们学会了坚持不懈、保持乐观，并且变得更加坚强。只有经历过苦难，我们才知道如何在逆境中保持冷静和镇定。

第三段：苦难促进个人成长和自我认知（200字）

苦难不仅仅是一种磨炼，还能帮助我们成长和认识自己。在人生的低谷中，我们可以反思我们的行为和选择，并重新审视自己的价值观和目标。苦难让我们认识到我们内在的力量和潜力，激发我们为实现自己的梦想而奋斗的动力。通过经

历苦难，我们学会了从失败中汲取力量，积极面对挑战，并不断探索和发展自己的潜力。

第四段：苦难培养积极的生活态度（200字）

苦难让我们学会了如何更加积极地看待生活。当我们经历困难时，我们意识到自己有超越困境的力量。我们可以选择在苦难中崩溃，也可以选择接受挑战，努力寻找解决办法。苦难使我们珍惜生活中的每一个正面的事物，并让我们更加感激平凡的幸福。在困难面前，我们变得更加乐观，懂得用积极的态度去面对生活中的一切。

第五段：结论（200字）

经历苦难是每个人成长的必经之路。它是锤炼我们的机会，教会我们如何面对逆境和困难。苦难能够加强我们的逆境应对能力，推动我们的个人成长和自我认知，以及培养我们积极的生活态度。当我们理解到苦难在人生中的价值时，我们就能更好地应对挑战，追求更好的未来。因此，让我们珍惜每一个苦难的经历，从中汲取力量，让自己变得更坚强、更有韧性，充满活力地迎接未来的挑战。

苦难和经历是财富篇二

我曾经历过许多苦难，这些苦难造成了我内心的伤痕，但同时也让我成长并获得了宝贵的心得体会。经历了苦难，我学会了坚强面对困境，放下过去的伤痛，并逐渐明白了人生的真谛。通过这一段苦难的经历，我懂得了生命的脆弱，珍惜当下的每一刻，并且学会了发自内心地感激与善待他人。这一段经历让我重新审视人生的意义，认识到无论遇到怎样的困难，坚持乐观向上的信念都是至关重要的。经历苦难给我带来了巨大的痛苦，但同时也赋予了我无与伦比的力量和智慧，使我能够更加积极地对待生活中的每一个挑战。

首先，经历苦难让我学会了坚强。在遭受苦难时，我深刻体会到了生活的残酷和无情，痛苦使我感到无助和低落。然而，我逐渐明白了坚强的重要性，它是我战胜苦难的关键。通过面对困境，我变得更加勇敢和坚韧。我意识到，人生并非一帆风顺，困难和挫折是不可避免的。只有经历过苦难，我才能更加坚强地面对未来的任何挑战。

其次，经历苦难让我学会了放下过去的伤痛。苦难过后，我曾经沉迷于过去的痛苦中，无法释怀。然而，我逐渐明白，过去的痛苦无法改变，而我唯一能做的是从中汲取教训，继续前行。放下过去的伤痛，只有这样，我才能真正寻找到内心的平静和自由。这个过程并不容易，但是我深信，在经历了苦难之后，我拥有了足够的力量去超越过去，迈向更好的未来。

第三，经历苦难让我明白了生命的脆弱与可贵。在经历苦难的过程中，我看到了许多人的离去，也亲身感受到了生命的脆弱性。生命如此无常，我们无法预料明天会发生什么。因此，我开始学会珍惜当下的每一刻，不再抱怨生活中小小的挫折和不顺。我学会了欣赏生活的美好和幸福，懂得了珍惜身边的人和事物。通过这样的体验，我对生命有了更深的洞察力，并开始更加积极地过每一天。

第四，经历苦难让我懂得了感激与善待他人的重要性。在苦难中，我得到了他人的帮助和支持，这让我深深地感激。我意识到，在经历苦难时，一个人无法独自承受所有的痛苦和困苦。我们需要他人的帮助和关爱，这是人性的美好之处。因此，我深信我们应该感激并善待他人。通过这段经历，我学会了主动去关心和照顾他人，给予别人帮助和支持，用爱心和善意去面对周围所有的人和事。

最后，经历苦难让我重新审视人生的意义。苦难给了我反思的机会，让我思考人生的意义和目的。我认识到，人的一生不能仅仅以获得物质财富为目标，真正的人生价值在于追寻

内心的平静和满足。通过这段艰难的经历，我明白了人生是一场旅程，我们需要坚持自己的信仰与追求。无论遇到多大的困境，只要坚持乐观向上的信念，相信自己的力量，人生将无限精彩。

总之，经历苦难给了我许多珍贵的心得体会。我学会了坚强，放下过去的伤痛，并懂得了生命的脆弱和可贵。我明白了感激与善待他人的重要性，并重新审视人生的意义。这段经历给了我无尽的力量和智慧，为我面对未来的困难提供了坚实的支持。我相信，只要保持积极的态度，充满希望和勇气，无论遇到怎样的苦难，都能够化解困境，走出困境。

苦难和经历是财富篇三

痛苦，是人走向成熟的最好课程，是成就辉煌的必经之路。

——题记

何为苦难？苦难为何存在？痛苦从何而来？

痛苦，是人生中必不可少的一部分，和幸福一样，存在于生活中。人生总有起起落落，没有人一生完美。人生的一次次苦难和挫折是必然的，是老天送给我们的礼物，因为只要接纳，蕴含其中的便是苦难之后的内心的快乐与成熟。

在少平心中，他已经把苦难当做生活，每一天就是沉浸在折磨与劳累之中，对他来说，付出之后得到的血汗钱就是最好的回报；看看少安，他与妻子每一天都拼命干活，直到身心俱疲，而每一块砖，也使他们满足；而在这平凡的世界里，又有谁没有在发家致富的梦想里拼命干活，在苦难中寻求一丝丝欣慰呢？每个人都有自己的隐衷，相信他们本身也不愿意经历痛苦。可当苦难无情降临时，他们又表现出超越世俗的勇气。而且，苦难越深，他们的身心就越成熟。苦难，也成为了所有人的磨刀石，拯救了平淡的人生。苦难为人生和更美好而

存在。

苦难，是人生的路标，只要不在生命的旅途中放弃，遵循着，就可以达到顶峰，而巅峰与癫疯，就在一念之间。

路遥，在他笔下的世界，人都是平凡而无奇，平凡而追求不凡的。而他生活的地方，更加平淡，无趣。他小时候就和少平一样，永远向往着真正精神上的解放和自由。小时候，他是一个苦命的孩子，从小出生在一个陕北山区极端贫困的农民家庭，每天忍受着饥饿的煎熬。童年时最盼望的就是什么时间能吃一顿饱饭，冬天时脚上能穿一双鞋。路遥出生后的几年内，弟弟妹妹一个接一个出生，生活更加窘迫，没有吃的，没有穿的，全家人只有一床被子，甚至到了懂得羞耻的年龄还穿不上一条裤子，完全是“叫花子”，而他不服，坚持上学，苦难也造就了现在的路遥。

天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。没错，苦难是成功者通往胜利的阶梯，也是失败者眼前无法越过的深渊。所以承受痛苦，感受苦难，学会满足，才能活出最完美的自己。

文档为doc格式

苦难和经历是财富篇四

2、当困难来访时，有些人跟着一飞冲天，也有些人因之倒地不起。——列夫·托尔斯泰

3、如果人生的途程上没有障碍，人还有什么可做的呢。——俾斯麦

4、失败乃成功之母。

- 6、患难困苦，是磨炼人格之最高学校。——梁启超
- 13、有磨皆好事，无曲不文星。——崔念陵《断句》
- 14、忧劳可以兴国，逸豫可以亡身。——欧阳修《五代史伶官传序》
- 15、不认识痛苦，就不是一条好汉。——雨果
- 16、实行起来是有困难的，但是吸引着我的，正是这个困难本身。——巴尔扎克
- 17、青年时代的锻炼比黄金还贵重。
- 18、必须体验过痛苦，才体会到生的快乐。——大仲马
- 19、人生在世不会总是一帆风顺和美妙动人的。苏霍姆林斯基
- 20、幸运并非没有恐惧和烦恼；厄运并非没有安慰与希望。——培根
- 23、困难产生于克服困难的努力中。——斯迈尔斯
- 24、刀在石上磨，刀越来越快，石越来越薄。——茅盾《问题的两面观》
- 25、困难是一个严厉的导师。——贝克莱

苦难和经历是财富篇五

第一段：引言（150字）

人生不可能一帆风顺，而是充满了各种苦难和挑战。这些苦难不仅能够考验一个人的意志力和坚持力，也能够锻炼一个

人的心智。我曾经经历了一段困难的时期，但在这个过程中我学到了许多宝贵的心得和体会。

第二段：直面苦难（250字）

在那段困难时期，我曾经面临着种种困境和挫折。我感到被压力和困局所包围，仿佛无法逃离。然而，我意识到逃避并非解决问题的方式，相反，直面苦难才能够找到解决的方法。我学会了以积极的心态去面对困境，寻求解决办法，并且努力克服困难。

第三段：成长与坚持（300字）

正是在那段苦难的经历中，我发现了成长的力量。当我遇到困难和挫折时，我意识到只有坚持不懈地努力才能够克服困境。我不断寻找策略和方法，不断学习和成长，努力进步。我深知只有通过不断的学习和努力，才能够获得真正的成长和进步。

第四段：积极思维与心态（300字）

在困难中，我的心态也发生了巨大的转变。我开始从积极的角度看待问题，而不是抱怨和埋怨。积极思维让我能够看到困境中的机会与希望。我学会了抓住每一个机会，将困难转化为挑战，并且相信努力和坚持一定会有好的结果。我开始重视自己的内心成长，更加关注自己的情绪和心态。

第五段：感恩与展望（200字）

经历苦难，我也更加懂得了感恩。苦难让我明白生活中的一切都来之不易，我们应该珍惜眼前的幸福与快乐。我开始感恩身边的每一个人和每一件事，感激生活给予我的经历和教训。同时，苦难也不断提醒我，人生总会有各种各样的挑战，我要保持积极的心态，逐渐成长，并为未来的机遇做好准备。

结尾（100字）

经历苦难，我不仅能够面对困境，坚持不懈地解决问题，也学会了从积极的角度看待困难，感恩生活中的一切。这些心得和体会在我人生的各个方面都起到了积极的作用。我相信，通过经历苦难，我们能够变得更加强大和坚韧，在人生的道路上继续前行。

苦难和经历是财富篇六

- 1、只有努力去减少别人的苦难，你才会快活。
- 2、隧道的尽头一定会显露光明，我们一定要把目光投向那里！投向自由！投向苦难！投向你必须承受的苦难！你一定会得到回报！
- 3、没有伟大的意志力，就不可能有雄才大略。
- 4、你所受的苦难，有时会给旁人带来欢乐。这样，所受的苦难越多，证明你的人生越幽默。
- 5、把语言化为行动，比把行动化为语言困难得多。
- 6、音乐是比一切智慧、一切哲学更高的启示，谁能渗透我音乐的意义，便能超脱寻常人无以自拔的苦难。
- 7、再苦难的生活也无法阻止我享受今天的阳光。
- 8、收获苦难时，别忘了落在地上的甜果。
- 9、痛苦可以教导一些人，可是对于另一些人，痛苦反而使他们迷失方向。
- 10、苦难，注定磨砺人生。人生，踏着苦难前行！

11、受苦是考验，是磨炼，是咬紧牙关挖掉自己心灵上的污点。——巴金

12、磨难，对于弱者是走向死亡的坟墓，而对于强者则是生发壮志的泥土。——卢梭

13、对真理和知识的追求并为之奋斗，是人的最高品质之一。——爱因斯坦

14、正确的道路是这样，吸取你的前辈所做的一切，然后再往前走。——列夫·托尔斯泰

16、苦难是成功途中的考验。懦弱的人必然在苦难之下被淘汰，只有坚强的人才会走完自己认真想的路程。

19、灾难是真理的第一程。——拜伦

苦难和经历是财富篇七

我相信苦难，因为苦难是一种人人敬而远之的味道，但我喜欢将它夹在面包里慢慢品尝。去拥抱苦难，让自己更坚强！本站小编精心为大家搜集整理了经历苦难成功的名人，大家一起来看看吧。

韩信是汉初著名军事家。他年少时，父母双亡，家境贫寒，却刻苦读书，熟读兵法，怀安邦定国之抱负。苦于生计无着，于不得已时，在熟人家里吃口闲饭，有时也到淮水边上钓鱼换钱，屡屡遭到周围人的歧视和冷遇。一次，一群恶少当众羞辱韩信。有一个屠夫对韩信说：你虽然长得又高又大，喜欢带刀配剑，其时你胆子小得很。有本事的话，你敢用你的配剑来刺我吗？如果不敢，就从我的裤裆下钻过去。韩信自知形只影单，硬拼肯定吃亏。于是，当着许多围观人的面，从那个屠夫的裤裆下钻了过去。史书上称“胯下之辱”。

韩信以项羽帐下执戟卫士的低微身份，几年内登坛拜将，屡建奇勋，终至成为左右楚汉战争的一方诸侯。这位叱咤风云的军事人物，其用兵之道，为后世兵家所推崇。

继谷歌之后，第二家市值过千亿美元的互联网企业、亚马逊公司创始人杰夫·贝佐斯的出身也可用“不幸”来形容。

贝佐斯是一位16岁女高中生的孩子，这位叫吉斯的女孩，父母倒非常开明，不仅在小婴儿出生前，出钱让女儿和上高三的男朋友结了婚，还为女婿的学业和事业奔走。不过，贝佐斯的这位亲生父亲乔根森烂泥扶不上墙。

为他付了新墨西哥大学的学费，没多久他却辍学了。后来岳父又为他在新墨西哥州警察署谋了一份差事，也没干多久。乔根森还嗜酒如命，经常和朋友畅饮到半夜。最后，1965年6月，当贝佐斯17个月大的时候，这位年轻的夫妇离婚告终。

也就是说，乔布斯、贝佐斯这两位世界级创业大佬所用的都不是自己的本姓。比较起以下提到的创业大佬的生活辛酸，贝佐斯、乔布斯已属万幸了，他们遇到了不错的养父、继父，他们的困难只是父母婚姻上的变故。

非凡者不仅要克服事业上非同一般的重重困境，生活上也要历经磨难，所谓九九大难，终念真经。

1930年3月，正是春寒料峭的季节，美国田纳西州的一个街道上，一个四十多岁的中年人，正挣扎在饥饿的边缘。

在此之前，他是一位出色的售货员，曾经为田纳西的无数个商店经销过商品，他的营销策略为他们带来了巨大的商机和利润，但好景不长，一次不好的时运，葬送了他的营销之路。

现在，他孑然一身，一贫如洗，他曾经想着去找那些自己帮助过的人，但他们一定会拒绝的，他们无法接受他的贫穷。

毕竟不是昨天啦，世态炎凉，说得一点没错呀。

正当他走投无路时，他发现一家小餐厅的外面挂着招聘广告，他们这里要招收厨师，但薪金却低得可怜，一年的工资还不如自己以前一个月的多，在饥寒交迫面前，他放弃了理想和自大的念头，他推看那扇原本虚掩的门，开始了一种新的生活。

他的任务是烹制鸡块，这是他以前从未做过的行业，但做起来其实也很简单，他只需要按照人家的配料把鸡块扔进锅里煮，然后把它捞出来，整个过程就这么简单。

和他在一起的有三个人，他们一个个懒得要命，见到有生人来，便将全部的工作变本加厉地给了他，他本想发作，但想到自己刚来，本来就应该多吃一些，便忍气吞声地埋头苦干。

几个流程下来，他竟然掌握了煮鸡的整个过程，他觉得这种做法是有问题的，他曾经尝过用这种方法制作成的鸡块，没有一点香味，这直接导致了这家生意的惨淡。

他给老板提建议，提出应该改善一下配方，多加一些香料或者其它调料，老板没听进去，告诉他：你的职责是制作鸡块，这些不是你考虑的，不要多管闲事，我这里可是祖传秘方，不会有错的。

他的好意换来了一顿谩骂，他气愤交加，本想扬长而去，但一种钻研的思想还是使他留了下来，灵光闪现的瞬间，他似乎找到了一条属于自己的奋斗之路。

在工作中，他利用别人休息的时间到厨房里钻研，并且在鸡块上试着加一些其它的香料。

一天，他无意中将一块鸡腿掉进了正在加热的油里，感到万分紧张，因为老板说过油是不能够随便浪费的，一旦发现就

要被罚款或者扣掉工资，幸亏没人发现，他赶紧拿出了鸡块，但扔了可惜，他便将它扔进嘴里，一个奇迹出现了，他感觉无意中炸出的鸡块香辣可口，他觉得成功在向自己招手。

经过无数次的研制，1932年的6月，在他的家乡，离田纳西州不远的肯德基州，这位中年人推出了一种新型的快餐食品——炸鸡，很快，这种食品适应了人们快节奏高效率的生活方式，开张不到一年，它的声誉便传遍了整个肯德基州。

为了增加营业范围，这位年轻人又扩大了经营渠道，他将人人喜欢吃的面包和炸鸡融合在一起，不仅满足了人们喜欢甜食的需求，而且还可以调适人们的趣好，真可谓一箭双雕。

现在，肯德基已经遍布全球80多个国家，目前拥有超过9600家连锁店，在这个地球上，几乎每天都有一家肯德基店开张。

这位中年人，就是肯德基的创始人桑德斯上校，说起自己晚来的成功，他只说了一句话：我相信苦难，因为苦难是一种人人敬而远之的味道，但我喜欢将它夹在面包里慢慢品尝。

苦难和经历是财富篇八

出生在伊朗东北部一个贫困家庭。父亲做苦力，母亲给人家帮佣，勉强维持着一家人的生存，所以刚刚出生，她就掉进了苦难里。

迫于生计，她六岁时随父母移居到非洲的津巴布韦，她在那里入学，和黑皮肤的孩子成为同学和玩伴。她本应该无忧无虑地享受童年时光，但灾难却不期而至。12岁那年，她小学还没有毕业，却突然得了眼疾，她眼里的世界一下子都模糊起来，就连书本上最大的字也看不清楚了。那天，母亲带着她离开校园时，她几次回头，也看不清曾经熟悉的老师和同学，她绝望地痛哭流涕。黑暗的世界里，她每天在地狱般的

孤寂与痛苦中苦苦挣扎。为了安慰她的情绪，母亲每天晚上回来，都要给她讲一些外面的见闻。白天，父母都出去做工了，没有人来陪她，为了打发时光， she就把听到的那些见闻编成许多感人的故事。没想到，父母听了她的故事后，竟被感动得泪流满面。

16岁时，她的视力渐渐恢复了正常。看着家里的窘境，她主动向父母要求出去做工，赚钱养家。她找到的第一份工作是电话接线员，每天从早到晚地工作，能赚到买一块黑面包的钱。一块黑面包，她也很满足了，因为这就解决了全家的晚餐问题。但是好景不长，不久，她就因为接错了一个重要电话而被解雇了。于是，她又开始四处寻找工作，最后，她给一个有钱人家的小孩做保姆，这是个不听话的孩子，没办法，为了哄他高兴，她就编各种各样的故事讲给他听，直到有一天，孩子的父亲偶然听到了她的故事，这位博览群书的男主人对她说：“你讲的故事很精彩，出自哪本书呢？”她害羞地说是自己编出来的。男主人吃惊地对她说：“一定要把你的故事都记录下来，有一天，你也许会成为作家呢。”这番话，对于16岁的她来说，不过是一句笑话罢了，因为她每天要面对的，还是贫穷的现实生活。

20岁时，她结婚生子了。她憧憬着，自己的人生之路，从此会铺满灿烂的阳光。但她没想到，婚姻却成了她生命中的一个劫。婚后第三年，那个她认为可以依靠的男人，突然销声匿迹了，他拿走了家里所有的财物，扔下了三个幼子和支离破碎的家。想着茫茫的人生之路，她恐惧，心痛，她不知道自己的未来在哪里。为了排遣苦闷，她又开始提起笔来写被自己称为故事的小说。写小说，成了可以让她逃避现实、排遣痛苦的方式。

31岁时，她发现自己实在无法养活三个年幼的儿子了。望着骨瘦如柴的孩子，她作出了一个大胆的决定：离开贫困的津巴布韦，到外面的世界寻找生机。她带着孩子离开津巴布韦，经南非开普敦搭乘客轮前往英国。万里飘摇的轮船上，她两

手空空，囊空如洗。此时，她的全部家当只是背包中的一部反映非洲生活的小说草稿。

刚刚下船，问题就来了。没有食物，没有住处，孩子们嗷嗷待哺，她那颗母亲的心如同刀割。她拿着自己唯一的筹码——那部长篇小说的草稿到一些出版社去碰运气，结果，她处处碰壁，受尽白眼和奚落。没有人会相信，一个非洲来的流浪女人会写出可以一读的小说来。但她没有别的路可走，她不敢放弃，因为这是自己和孩子们的唯一机会。在半个月的时间里，她几乎敲遍了伦敦所有出版社的大门，直到有一家出版社同意以《野草在歌唱》为题出版她的小说。

包括她自己，任何人也没有想到，这部非洲题材的小说出版后竟吸引了无数读者，整个伦敦出版界在一夜之间都认识了这位带着三个孩子的年轻母亲。

一部小说的成功，让她看到了人生的希望和生活的方向——继续写故事，写小说。童年以来的苦难与坎坷经历，都成了她创作故事的素材。贫苦的出身，使她对弱者有着天然的亲近与同情；对人性的深切关注，又使她以强烈的社会责任感勤奋写作。结果，她在写作的道路上一发而不可收，结出了累累硕果。

从1952年开始，她用17年的时间，创作发表了《暴力的孩子们》《金色笔记》等多部长篇小说。她的作品越来越受到人们的关注，但与此同时，一些诋毁和攻击也如风暴般袭来，有些人说她的小说是狭隘思维与偏激思想的混合物，有些人干脆说那是垃圾。她宠辱不惊，唾面自干，埋着头继续写自己的小说。她相信，只要坚持着笔耕不辍，总有一天，人们会理解自己的那些故事，并喜欢这些故事。

时光荏苒，在文字中耕耘的她由少妇变成了老妇，又由老妇熬成了耄耋的白发老婆婆。有一天，当她去超市购买生活用品回来时，看到自家门口挤满了带着摄像机的人。她好奇地

问那些人：“你们是要在这里拍外景剧吗？”这些人就告诉她：“你获得了诺贝尔文学奖！”这位白发老婆婆听了后，却面无表情，而人们则呼喊着她的名字：多丽丝·莱辛。

瑞典文学院的颁奖公告中这样写道：“她用怀疑、热情、构想的力量来审视一个分裂的文明，以及她那史诗性的女性经历。”

这一天，距离莱辛88岁生日还有11天，她是目前获得诺贝尔文学奖的最高龄者。

[点击下页](#)[点击下页](#)查看更多经历苦难后成功的作文素材

苦难和经历是财富篇九

2、不有百炼火，熟知寸金精？——孟郊《古意赠梁肃补阙》

4、尚未实现的崇高目标，要比已经达到的渺小目标尤为珍贵。
——歌德

5、苦难对我们，成了一种功课，一种教育，你好好的利用了这苦难，就是聪明。——三毛

6、人生在世必遇患难。——《旧约·约伯记》

7、苦难是人生的老师。——巴尔扎克

8、我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢？——鲁迅

11、穷当志益坚。——欧阳修《送黄通之郟乡》

12、天下决无一蹴即成之事。——邹韬奋

13、英雄常食苦难与试练的面包。——罗曼·罗兰

14、不经巨大的困难，不会有伟大的事业。——伏尔泰

15、一切事物的开头总是困难这句话，在任何一种科学上都是适用的。——马克思

17、铁是愈炼愈硬的。——高尔基《意大利童话》

18、人生布满了荆棘，我们想的惟一办法是从那些荆棘上迅速跨过。——伏尔泰

19、什么是路?就是从没路的地方践踏出来的，从只有荆棘的地方开辟出来的。——鲁迅

20、人要经过一番苦难才能成才。

22、凡事在成熟之前，都是有苦味的。——赛勒斯

23、困难是严正无比的教师。——伯克

24、铁是愈锤炼愈坚韧的。——闻一多《从宗教论中西风格》

25、最困难之时，就是离成功不远之日。——拿破仑

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

苦难和经历是财富篇十

1. 昨天，是张作废的机票；明天，是尚未兑现的期票；只有今天，才是现金，才有流通的价值。
2. 没能力，就别放纵善变的情绪。
3. 慢慢才知道，峰高无坦途，得闲即是福，因为追求幸福才是人生真谛。
5. 生命之灯因热情而点燃，生命之舟因拼搏而前行。
6. 妒忌是一簇无情的火焰，它可以使你自焚。
7. 我对你掏心掏肺，你却背着我和别人暧昧。
8. 我不希望，最后的我们是留着眼泪说分手。
9. 我只想笑着流泪做回答，言语太苍白。
10. 两个相爱的人会分开，只是因为不够相爱。
11. 对待生命，你不妨大胆一点，因为我们始终要失去它。
12. 海浪为劈风斩浪的航船饯行，为随波逐流的轻舟送葬。
13. 其实皇兄早就答应了我和陆贞的婚事，所以除了她以外，我不会和任何一个女人生儿育女。

14. 来是偶然的，走是必然的。所以你必须，随缘不变，不变随缘。

15. 世间所有不尽人意之事，全靠硬扛。接受成长，也接受所有的不欢而散。

16. 后来，好多事不想提，好多人不想见。没有安全感的人关掉灯看不见泪才敢哭的肆无忌惮。

17. 如果发现自己不能创造奇迹，那就努力让自己变成一个奇迹。

18. 生活好比旅行，理想是旅行的路线，失去了路线，只好停止前进。

19. 心里放不过自己，是没有智慧；心里放不过别人，是没有慈悲。

20. 听人家说话要有耐心，再不愿意听也不要随意打断人家的诉说，也许你能从别人的诉说中获得教训。

经历的励志短句

1. 推动你的事业，不要让你的事业推动你。

2. 控制好情绪，给自己疲惫的心找个温柔的梦想。

3. 痛苦也和豪情一样，如要从痛苦中摆脱出来，必先使痛苦充足地发泄，绝不保存。

4. 势不可使尽，福不可享尽，便宜不可占尽，聪明不可用尽。

5. 没有人可以永远无条件的陪伴着你，要知道，下雨天的时候连影子都会缺席。

6. 只要自觉心安，东西南北都好。如有一人未度，切莫自己逃了。
7. 信任不是指没有误会，而是总会给对方把误会解释清楚的机会。
8. 无法改变世界，可以改变观念；无法改变事情，可以改变心情；无法改变别人的看法，可以改变自己的想法！
9. 人生在世别人为我做了很多，我应为别人做得更多。
10. 尽管人生有那么多的徒劳无功，梦想还是要一次次全力以赴。
11. 月儿把她的光明遍照在天上，却留着她的黑斑给它自己。
12. 修养的花儿在寂静中开过去了，成功的果子便要在光明里结实。
13. 维纳斯在乐观主义者眼里是美丽的，在悲观主义者眼里是残疾的，在现实主义者眼里是美丽且残疾的。
14. 我们不能做到青春活得不留遗憾，但要做到在青春里活得心安。
15. 每一个人都是不同的，都会发出属于自己的光芒，照亮自己的世界和梦想。
16. 相信就是强大，怀疑只会抑制能力，而信仰就是力量。
17. 过去属于死神，未来属于你自己。
18. 感恩别人的每一份给予，因为他完全可以不这么做。
19. 我努力，我坚持，我就一定能成功。

20. 人生最悲伤的事是，你很相信他，他却欺骗了你。

经历的励志说说

1. 钱多钱少，够用就好，别把欲望一天天抬高。

2. 再大的伤痛，睡一觉就把它忘了吧，老是背着昨天，只会累坏自己。

3. 一个真正优秀的男人，会用思考来决定他的判断，会有理智来决定他的行动，并拥有把握约束自身的超强能力。

4. 我珍惜每一个可以让我称做朋友的人，因为那是可以让漂泊的心驻足的地方。

5. 过分善良不是件好事，因为你给了别人伤害你的资本。

6. 我们的爱有多大?有多久?有条件吗?仁者无敌。

7. 永远别和脑残的人争论，因为他会把你的智商拉到跟他一个水平，然后用丰富的经验打败你。

8. 而我们之所以觉得不快乐，不过是因为我们自己放不过自己，自己揪着回忆不放，所以会因为失恋痛苦，自己太在意别人的眼光，所以总是不够洒脱。

9. 人往往只为了为了一丝细小的情感而抛出了整个生命，在情感的某一个尖锐点上牺牲了一生的幸福。

10. 成功的喜悦中往往夹杂着几分失败的苦涩。

11. 不要把负面情绪传递到别人身上，朋友也不行，自己心里难过就好了，每个人每天都很辛苦的。

12. 任何得到都有代价，任何野心的实现都需点滴的积累。记

住是自己选的，也就不要有怨言。

13. 既然活着就好好活着，每分每秒都愉快地活着。

14. 这个世界上，能够好好用心活着的人，才是敬畏生命之人，才是热爱生活之人。

15. 伴着昨夜美梦，呼吸舒爽晨风，亲吻美丽曙光，带着美好渴望，为了心中理想，喜迎新的一天，暗呼一声加油，赶紧穿衣起床，祝你精神抖擞，激情常伴心房朋友。

16. 只有经历过地狱般的折磨，才有征服天堂的力量；只有流过血的手，才能弹出世间的绝唱。

17. 自尊心是一个人品德的基础，自尊必自立。

18. 天下最宝贵的，莫如时日；天下最能奢侈的，莫如浪费时日。

20. 不管现实有多惨不忍睹，你都要固执的相信，这只是黎明前暂时的黑暗而已。

经历的励志文案

1. 品味生活，完善人性。存在就是机会，思考才能提高。人需要不断打碎自己，更应该重新组装自己。

2. 只要你确信自己正确就去做。做了有人说不好，不做还是有人说不好，不要逃避批判。

3. 女人的奋斗目标该是，让以前的男人遗憾，让现在的男人流汗，让未来的男人稀罕。

4. 如果有谁认为世界上有十全十美的爱情，那么这个人不是诗人就是白痴。

5. 两个人不管在一起多久，都需要一句话：有你真好。
6. 好的容貌和很多钱，是进入上流社会社交活动的通行证。
7. 控制自己的脾气，做一个有修养的人。
8. 念旧的人总是最容易受伤，喜欢拿余生来等一句别来无恙。
9. 如果说人生有什么最重要的东西，那大概就是肆意生活的勇气吧。不论顺流还是逆风，都能按照自己的节奏，随着自己的心意，用心生活，用力向上。
10. 一个人在其人生道路上如果不注意结识新交，就会很快感到孤单。先生，人应当不断地充实自己对他人的友谊。
11. 最明亮的欢乐火焰大概都是由意外的火花点燃的。人生道路上不时散发出芳香的花朵，也是从偶然落下的种子自然生长起来的。
12. 最让人难过的是，你失去的那些人，正是你已经至心待过的人。至心待过，毫无保留，然后满盘皆输。
13. 在爱情面前，女人的架子不要摆得太低，死缠着一个拒绝过你的男人，只会增加他心底对你的轻视。
14. 感情最折磨的不是别离，而是感动的回忆让人很容易站在原地，以为还回得去。
15. 梦自己想梦的，去自己想去的，做自己想做的。因为生命只有依次，机会不在会来！
16. 浮生若梦谁非寄，到处能安即是家。
17. 鞋子再漂亮，不合脚也别要，勉强穿上，只会伤了自己。生活从来没有完美二字，只有适合自己，才是最好的。

19. 愿你此生所有温柔的付出都得到深情的回应，愿你强大到无需谁来宠谁来疼，却依然幸运地有人宠有人疼。

20. 我不计较，不代表我脾气好。如果你非要触摸我的底线，我可以告诉你，我并非善良。

苦难和经历是财富篇十一

苦难能够雕琢你的坚韧与勇气，当你冲破苦难，成功就在前方等着你。本站小编精心为大家搜集整理了经历苦难而成功的名人，大家一起来看看吧。

这是一个何等恢宏壮伟的场面！这是一个多么令人难忘的时刻！在这里，一部不朽的音乐杰作第一次出现在欧洲乐坛上。

罗曼·罗兰用激动的笔触写道：“黄昏将临，雷雨也随着酝酿。然后是沉重的云，饱蓄着闪电，给黑夜染成乌黑，挟带着大风雨，那是《第九交响曲》的开始。突然，当风狂雨骤之际，黑暗裂了缝，夜在天空给赶走，由于意志之力，白日的清明又还给了我们”。

但是，有谁想像得到，这位伟大作品的作者，这位在音乐世界中创造了一座又一座英雄群峰的作曲家贝多芬，此刻却背向狂热的观众毫无所闻。当女低音歌唱家翁格尔拉着他的手转过身时，他不是听到，而是“看到”了听众强烈爆发的热情。

双耳失聪的作曲家激动得当场晕倒了…从这个惊心动魄的首演之夜开始，贝多芬的《第九交响曲》向着无限的空间与时间扩展着、延续着，以至于许多音乐艺术家竟然也急不择词地对这部巨作加以热情的赞美。

舒曼说：“我从来没有象对这首交响曲那样入了迷。”

桑兰，著名体操运动员，被誉为中国的“跳马王”。但，这是在1998年7月21日之前，那是在美国纽约，第四届友好运动会的体操赛场。只是一次赛前训练，只是一次偶然，桑兰的一个没有做完的手翻转体动作，结束了她的体操生涯，但她依然“著名”，甚至更为“著名”。让桑兰“著名”的，是她的精神，她的毅力，是她永远灿烂的微笑。17岁的花季，即使受伤的花朵依然美丽。

桑兰的伤势异常严重：第五-七颈椎呈开放性、粉碎性骨折，75%错位，中枢神经严重损伤，双手和胸以下失去知觉。美国的送护人员十分尽职：从长岛拿骚县医疗中心，到纽约市区最著名的蒙赛耐康复中心，医疗专家们拿出了最佳的治疗方案，使用了最好的药品。

但表现最出色的还是桑兰：从她苏醒过来以后，她就没有流过一滴眼泪；从她重新面对公众的目光那一刻起，她的面容就永远浮现着灿烂的微笑。17岁的小姑娘，17岁的纯真的让人慨叹的微笑，征服了美国，征服了中国，征服了世界……十个月后，伤情基本稳定的桑兰终于回到了日思夜想的祖国，在中国康复研究中心继续接受康复治疗。

这是一个更为漫长而艰苦的历程。

当然，实际上她完成的是角色的转换。她不再是一个体操运动员，甚至她也并不是一个一般意义上的高位截瘫的残疾人。她是一个19岁的永远微笑的姑娘，是一个与常人一样对新生活充满渴望和希冀的活力四溢的年青生命□

她现在是中国最著名的学府清华大学附属中学的学生，数学、语文、英语……花季中的蓓蕾在迫不及待地接受着人类文化知识的灌溉；她有着人天性中的善良，将社会各界赠给她的价值百万元的各种康复器械和残疾人生活用品，又全部转赠给北京博爱医院和更需要、更苦难的残疾患者。

19岁的桑兰，人生的美丽画卷刚刚展开。她曾经跌倒过，她正在站起来。

唐朝时期，有一位著名和尚，在一座寺院中从小出家。每天清晨，他要去担水劈柴、打扫寺内卫生。做完早课，还要去寺后的市镇购买寺中所需。每日勤勤恳恳、刻苦用功，就这样在晨钟暮鼓中，一晃十年过去了。

有一天，小和尚有了一点闲暇时间，便和其他小和尚在一起聊天，他发现别人过得都很清闲，只有他一人整天忙忙碌碌。虽然别的小和尚偶尔也会被分派下山购物，但他们去的是山前的市镇，路途平坦距离也近，买的也大多数是些比较轻便的东西。而十年来方丈一直让他去寺后的市镇，要翻越两座山，道路崎岖难行，回来时肩上自然多了很重的物品。于是，小和尚带着诸多不解的心去找方丈，问：“为什么别人都比我自在呢？没有人强迫他们干活读经，而我却要干个不停呢？”方丈只是低吟了一声佛号，默默不语。

第二天中午，当小和尚扛着一袋大米从后山走来时，发现方丈正站在寺的后门旁等着他。方丈把他带到寺院的前门，坐在那里闭目不语，小和尚不明所以，便侍立在一旁。日已偏西，前面山路上出现了几个小和尚的身影，当他们看到方丈时，一下愣住了。方丈睁开眼睛，问那几个小和尚：“我一大早让你们去买盐，路这么近又这么平坦，怎么回来得这么晚呢？”

几个小和尚面面相觑，说：“师父，我们说说笑笑，看看风景，就到这个时候了。十年了，每天都是这样的啊！”

方丈又问身旁侍立的小和尚：“寺后的市镇那么远，翻山越岭、山路崎岖，你又扛了那么重的东西，为什么回来的早一些呢？”小和尚说：“我每天在路上都想着早去早回，又因为肩上的东西重，我才更小心去走，所以反而走得稳走得快。十年了，我已养成了习惯，心里只有目标，没有道路了！”

方丈闻言大笑，说：“道路平坦了，心反而不在目标上了。只有在坎坷的路上行走，才能磨炼一个人的心志啊！”

几个月后，寺里忽然严格考核众僧，从体力到毅力，从经书到悟性，面面俱到。小和尚由于十年的磨炼，所以在众僧中脱颖而出，被选拔出来去完成一项特殊的使命。这个当年的小和尚，就是后来著名的玄奘法师。在西去的途中，虽水阻山隔，艰险重重，他的心却一直闪耀着求法的坚毅之光。

可见道路的艰难坎坷，并不是取得成功的最大障碍，而是在面临苦难时，能保持一颗正确的心态，才是最关键的。只有我们充分认识到苦难是一种取得成功的助力时，我们才会充分发挥自身的潜能，不断克服一个又一个障碍，从而取得最后的成功。

苦难和经历是财富篇十二

必须想到过死的痛苦，才能懂得生的快乐。

作品主人公爱德蒙·唐泰斯从混沌中苏醒，睁眼，迎来平平淡淡的生活；岁月轮回，世事曲折，理想与现实的差异、荣华富贵的诱惑和他人的算计使他再次陷入混沌；但他并没有因此一蹶不振，一颗炽热的复仇之心和法利亚神甫的热心帮助成为了他的导航云，在这片混沌中引导他报恩复仇、惩恶扬善，实现自己生命的价值。最终，他得来可贵的幸福。

唐泰斯的人生是一辆永不停息的列车，走过的路千沟万壑。我看着他从天堂掉入地狱，看着他从云端掉入地底，看着他从充满希望到彻底绝望，看着他从一个充满朝气的青年变成一个心中充满仇恨的复仇天使，看着他最终放下仇恨，得到幸福。感同身受：如果我碰上他的经历，我会如何去面对呢？那可能会与唐泰斯的做法有天壤之别了。

正如他对莫雷尔所说：“在这个世界上既没有幸福也没有不幸，只有一种处境和另一种处境的比较。必须想到过死的痛苦，才能懂得生的快乐。”这一点值得铭记。

苦难和经历是财富篇十三

2、不幸可能成为通向幸福的桥梁。

3、世上何尝有天生的勇者，都是锻炼成的。——茅盾
《蚀·追求》

4、失败也是我需要的，它和成功一样对我有价值。——爱默生

6、痛苦留给的一切，请细加回味！苦难一经过去，苦难就变为甘美。——歌德

9、古人成大业者，皆自忧患始。——刘岩《赠人》

10、逆境有一种科学价值。一个好的学者是不会放弃这种机会来学习的。——爱默生

11、困难出英雄。——徐特立《纪念五四对青年的希望》

12、苦是甘的代价。——谢觉哉《论“同甘共苦”》

14、快刀不磨要生锈，胸膛不挺背要驼。——闻一多《〈西南采风录〉序》

15、只有在苦难中，才能认识自我。——希尔蒂

16、上天给人一份困难时，同时也给人一份智慧。——雨果

17、通过苦难，走向欢乐。——贝多芬

- 18、苦难是人生的老师，通过苦难，走向欢乐。——贝多芬
- 19、患难及困苦，是磨炼人格的最高学府。——苏格拉底
- 20、被克服的困难就是胜利的契机。——贺拉斯
- 21、忧患增人慧，艰难玉汝成。——郭沫若《南下书怀四首》
- 22、越的人的一大优点是：在不利和艰难的遭遇里百折不挠。
——贝多芬
- 25、千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金。——刘禹锡《浪淘沙》

苦难和经历是财富篇十四

- 2、当困难来访时，有些人跟着一飞冲天，也有些人因之倒地不起。——列夫·托尔斯泰
- 3、如果人生的途程上没有障碍，人还有什么可做的呢。——俾斯麦
- 4、失败乃成功之母。
- 6、患难困苦，是磨炼人格之最高学校。——梁启超
- 13、有磨皆好事，无曲不文星。——崔念陵《断句》
- 14、忧劳可以兴国，逸豫可以亡身。——欧阳修《五代史伶官传序》
- 15、不认识痛苦，就不是一条好汉。——雨果
- 16、实行起来是有困难的，但是吸引着我的，正是这个困难本身。——巴尔扎克

- 17、青年时代的锻炼比黄金还贵重。
- 18、必须体验过痛苦，才体会到生的快乐。——大仲马
- 19、人生在世不会总是一帆风顺和美妙动人的。苏霍姆林斯基
- 20、幸运并非没有恐惧和烦恼；厄运并非没有安慰与希望。——培根
- 22、困难产生于克服困难的努力中。——斯迈尔斯
- 23、刀在石上磨，刀越来越快，石越来越薄。——茅盾《问题的两面观》
- 24、困难是一个严厉的导师。——贝克
- 25、苦难磨炼一些人，也毁灭另一些人。——富勒《至理名言》

苦难和经历是财富篇十五

- 2、让你的目标大于你的才能吧作者：那么，你今天的作为将胜过今天。——阿明·雷哈尼
- 4、没有哪一个聪明人会否定痛苦与忧愁的锻炼价值。——赫胥黎
- 6、做了好事受到指责而仍坚持下去，这才是奋斗者的本色。——巴尔扎克
- 8、人生在世的最大难题，就是不胡说八道而活着。——陀思妥耶夫斯基

9、逆境展现才华，顺境遮蔽才华。

10、无论头上是怎样的天空，我准备承受任何风暴。——拜伦

11、凡事欲其成功，必要付出代价作者：奋斗。——爱默生

12、只有这样的人才配生活和自由，假如他每天为之而奋斗。——歌德

15、伟大的精力只是为了伟大的目的而产生的。——斯大林

16、脚跟立定以后，你必须拿你的力量和技能，自己奋斗。——萧伯纳

17、无论做什么事情，只要肯努力奋斗，是没有不成功的。——牛顿

19、没有一定的目标，智慧就会丧失；哪儿都是目标，哪儿就都没有目标。——蒙田

20、逆境有一种科学价值。一个好的学者是不会放弃这种机会来学习的。——爱默生

21、发明的秘诀在不断的努力。——牛顿

23、一个人必须经过一番刻苦奋斗，才会有所成就。——安徒生

24、患难可以试验一个人的品格，非常的境遇可以显出非常的气节。——莎士比亚

25、奇迹都是在厄运中出现的。——培根

27、做好事的乐趣乃是人生唯一可靠的幸福。——列夫·托

尔斯泰

苦难和经历是财富篇十六

2、苦难是人生的老师，通过苦难，走向欢乐。——贝多芬

3、患难及困苦，是磨炼人格的最高学府。——苏格拉底

4、被克服的困难就是胜利的契机。——贺拉斯

5、忧患增人慧，艰难玉汝成。——郭沫若《南下书怀四首》

6、越的人的一大优点是：在不利和艰难的遭遇里百折不挠。——贝多芬

9、千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金。——刘禹锡《浪淘沙》

11、其实世上本没有路，走的人多了，也便成了路。——鲁迅

13、烈火试真金；逆境试强者。——塞内加《论天意》

14、不是一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香？——冯梦龙《醒世恒言》

17、没有苦难，风平浪静的人生永远是不完整的。如果要把人生分成几分，我会把最大一块命名为苦难。因为成功后所得的利益并不只是物质上的东西，而物质上的东西只是一中副产品。成功的利益是成功之前的苦。

18、苦难不但是最宝贵的财富，还是世界上最好的老师。苦难其实是成功为我们安排的一名老师，这位老师会毫无包留地把成功的方法传授给你，引导你走上成功的捷径。

19、当人生的凄风苦雨袭来时，我们要微笑着唱响生活的歌谣。当我们感到前途渺茫苦难难以克服时，我们要敢于向前迈一步。苦难如乌云，当我们真正与它直面时，我们会发现它不过是灰色而已。它远没有我们想像地那么高不可攀，不可战胜。

20、苦难可以造就一个人，也可以毁掉一个人。苦难限制了人的视野，压抑了人的个性与梦想，但卑微的人在强大的苦难前去表现了一种坚忍和顽强，表现了一种生命的倔强。唯有敢于直面人生的苦难，才能立于不败之地。

21、小石头之所以拥有圆圆光滑的外表，是因为它曾受过流水长时间的冲刷；小河之所以拥有灵动之美，是因为它要翻山越岭。蝴蝶之所以拥有美丽的双翅，是因为它曾奋尽全力地冲破厚茧。因此，我们可以说，苦难也美丽，因为苦难可以使人智慧，可以使人坚强，同时也是成功的基石。

22、苦难似那高耸的山峰，想要翻越它，必须要有坚韧不拔的意志；苦难似那轻柔的水，要想跨过去，需要有理想的翅膀。